Vol 1 No 1 2023 (36-42)

Publisher

ABDIGERMAS

Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat Bidang Kesehatan

Optimalisasi Kesehatan Jiwa melalui Pelatihan Kader Kesehatan pada Masa Pandemi Covid-19 di Kelurahan Tobek Gadang, Kota Pekanbaru

Ririn Muthia Zukhra[a1], Fathra Annis Nauli[b2], Veny Elita[b3], Jumaini [b4]

[a]Departemen Keperawatan Anak, Fakultas Keperawatan, Universitas Riau
Jalan Pattimura No.9, Pekanbaru, Indonesia
[1]ririnmuthiazukhra@lecturer.unri.ac.id (Corresponding author)

[b]Departemen Keperawatan Jiwa, Fakultas Keperawatan, Universitas Riau
[2]fathranauli@lecturer.unri.ac.id
[3]veny.elita@lecturer.unri.ac.id
[4]jumaini@lecturer.unri.ac.id

Abstract

Corona virus disease 19 (Covid-19) is an infectious disease of the respiratory system. The case of Covid-19 continues to increase and has spread to almost all parts of the world including Indonesia. The impact is not only physical health problems, but also psychological or mental problems. The psychological impact was felt by the community in Tobek Godang Village such as stress and anxiety due to social restrictions, fear of infection, stress in guiding children to study at home even experiencing financial problems. This training aims to determine the mental health picture, conduct health education in the form of education and training on stress management such as deep breathing techniques, progressive muscle relaxation, and five-finger hypnosis. This training was in Tobek Godang Village, Pekanbaru City. The target audience is 20 health cadres. The average knowledge before being given health education was 63 points, while after being given health education it increased to 90.5 points. The increase in knowledge is quite significant by 27.5% and the cadres are also able to carry out various stress management strategies. After education and training, health cadres are expected to be able to implement strategies for handling mental health problems to the surrounding community affected by the Covid-19 pandemic.

Keywords: *Health cadre, mental health, covid-19 outbreak, training, stress*

Abstrak

Corona virus disease 19 merupakan penyakit infeksi pada sistem saluran pernapasan. Kasusnya Covid-19 terus meningkat dan telah menyebar hampir keseluruh belahan dunia termasuk Indonesia. Dampak yang ditimbulkan tidak hanya masalah kesehatan fisik, namun juga masalah psikologis atau mental. Dampak psikologis yang dirasakan oleh masyarakat di Kelurahan Tobek Godang adalah stres dan cemas akibat pembatasan social, takut tertular, stress dalam membimbing anak belajar di rumah bahkan mengalami masalah finansial. Pelatihan ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kesehatan mental, melakukan pendidikan kesehatan berupa edukasi dan pelatihan penanganan stres seperti teknik napas dalam, relaksasi otot progresif, dan hipnotis lima jari. Kegiatan ini dilakukan di Kelurahan Tobek Godang Kota Pekanbaru. Khalayak sasaran adalah kader kesehatan yang berjumlah 20 orang. Rata-rata pengetahuan sebelum diberikan pelatihan diperoleh 63 poin, sedangkan setelah diberikan pelatihan meningkat menjadi 90.5 poin. Peningkatan pengetahuan yang cukup signifikan sebesar 27,5 % dan kader juga mampu melakukan berbagai strategi penanganan stres. Setelah dilakukan edukasi dan pelatihan, kader kesehatan diharapkan dapat menerapkan strategi penanganan masalah kesehatan jiwa kepada masyarakat sekitar yang terdampak pandemi Covid-19.

Kata kunci: Kader Kesehatan, kesehatan mental, manajemen stress, pandemi covid-19, pelatihan

A. Pendahuluan

Novel Corona Virus atau yang dikenal Covid-19 merupakan virus baru penyebab penyakit pernafasan yang belum pernah diidentifikasi sebelumnya pada manusia. Virus iniberasal dari China, tepatnya

Vol 1 No 1 2023 (36-42)

Publisher

ABDIGERMAS
Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat Bidang Kesehatan

dari Kota Wuhan. Novel coronavirus merupakan satu keluargadengan virus penyebab SARS dan MERS yang mana virus ini dapat menyebabkan gangguanpada sistem pernafasan ringan hingga berat, bahkan menimbulkan kematian [1].

Sejak muncul pertama kali pada akhir bulan Desember 2019 di Kota Wuhan hingga saat ini, pasien yang terinfeksi Covid-19 terus meningkat dan telah menyebar ke 128 negara. Berdasarkan data dari Universitas John Hopkins tanggal 13 April 2020, kasus Covid-19 di seluruh dunia berjumlah 1.850.807 kasus dengan jumlah pasien meninggal dunia sebanyak 106.138 orang. Adapun negara yang menduduki peringkat 5 besar penyakit virus corona yaitu Amerika Serikat, Italia, Spanyol, China, dan Jerman. Jumlah kasus virus corona di seluruh dunia telah mencapai 781.485 kasus. Kasus ini akan bertambah sangatsignifikan setiap bulannya [2].

Kasus Virus Corona tidak hanya pada Negra maju, tetapi juga negara berkembang seperti di Indonesia. Jumlah kasus positif Covid-19 di Indonesia bermua sejak awal bulan MAret 2020 sejak diinformasikan secara resmi oleh pemerintah. Sejak adanya kasus positif Covid-19 tersebut, jumlah pasien positif virus ini semakin bertambah bahkan mencapai 1.528 kasus positif per 31 Maret 2020. Tingginya kasus Covid-19 di Indonesia menempatkannya pada posisi kedelapan dengan data pertanggal 13 April 2020 sebanyak 4.557 kasus, pasien sembuh 380 orang dan 399 pasien meninggal dunia [3].

Semakin meningkatnya kasus Covid-19, Pemerintah Indonesia menetapkan pandemic Covid-19 sebagai bencana non alam. Tentunya kondisi ini tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, tetapi juga kondisi kesehatan jiwa dan psikososial setiap orang. Dampak kesehatan jiwa akibat dari pandemi Covid-19 berupa stres, kecemasan, bahkan depresi. Lebih dari 200 juta orang di seluruh dunia (3,6% dari populasi) menderita kecemasan. Sementara itu jumlah penderita depresi sebanyak 322 juta orang di seluruh dunia (4,4% dari populasi) dan hampir separuhnya berasal dari wilayah Asia Tenggara dan Pasifik Barat. Depresi merupakankontributor utama kematian akibat bunuh diri, yang mendekati 800.000 kejadian bunuh diri setiap tahunnya[4].

Respon masalah kesehatan jiwa dan psikososial yang muncul akibat wabah pandemic Covid-19 antara lain tidak mau datang ke fasilitas layanan kesehatankarena takut tertular saat dirawat, takut jatuh sakit dan meninggal, takut kehilangan mata pencaharian, tidak dapat bekerja selama isolasi dan dikeluarkan dari pekerjaan, takut terpisahdari orang terkasih, merasa tidak berdaya, bosan, kesepian dan depresi selama diisolasi, dan sebagainya [5], [6].
Menurut Juru bicara Satgas Covid-19 Propinsi Riau, angka kasus terkonfirmasi positif Covid-19 di Riau sebanyak 400 kasus dari Bulan Maret hingga Juli 2020, akan tetapi di BulanAgustus terjadi peningkatan yang sangat signifikan sebanyak 1200 kasus. Peningkatan kasusini disebabkan karena terdapat tiga momen penting di Bulan Agustus yaitu: momen Hari Raya Idul Adha, 17 Agustus, dan momen libur panjang [7]

Kelurahan Tobek Godang merupakan bagian dari wilayah Kecamatan Tampan yang mana menduduki peringkat satu tingkat kecamatan di Kota Pekanbaru dengan data kasus Covid- 19 terbanyak. Kelurahan Tobek Godang termasuk zona merah dimana setiap bulannyanya terdapat penambahan kasus. Studi pendahuluan yang dilakukan oleh tim pengabdian masyarakat melalui wawancara kepada masyarakat di sekitar lingkungan Kelurahan Tobek Godang bahwa beberapa masyarakat menyatakan bahwa mereka termasuk masyarakat yang terdampak pandemic Covid-19. Adapun dampak yang dirasakan olehmasyarakat tersebut antara lain; permasalahan finansial/ ekonomi keluarga yang menurun akibat dari peraturan pemerintah tentang pemberlakuan pembatasan social skala besar pada pertengahan bulan Maret 2020, sumber penghasilan menjadi menurun, bahkan beberapa pekerja dirumahkan sebagai bentuk tindakan pencegahan penyebaran Covid-19. Selain itu, diberlakukan *Work From home* (WFH) dan *Study From Home* (SFH) menimbulkan masalah psikososial bagi masyarakat setempat karena beberapa keluarga mengeluhkan kesulitan dalam membimbing anaknya untuk belajar di rumah, dan sebagainya. Dikatakan juga bahwa permasalahan yang ditimbulkan saat ini menimbulkan stress bagi masyarakat dan belum mengetahui solusi untuk mengurangi dampak yang dirasakan selama masa pandemi Covid-19. Kelurahan Tobek Godang merupakan pioneer kelurahan di Kota Pekanbaru yang terpilih dalam Lomba Kelurahan Tingkat Nasional terkait Perilaku Hidup Bersih dan Sehat(PHBS). Hal ini didukung oleh pihak kelurahan yang selalu mendukung dan memfasilitasi setiap kegiatan yang bertujuan untuk peningkatan kesehatan masyarakat. Selain itu, peran kader kesehatan yang aktif juga menjadi faktor pendukung, namun demikian kader yang adabelum pernah mendapatkan informasi terkait penanganan masalah kesehatan jiwa akibatdampak pandemi ini. Berdasarkan uraian analisis masalah diatas, tim pengabdian masyarakat tertarik untuk melakukan kegiatan "Optimalisasi Kesehatan

Vol 1 No 1 2023 (36-42)

Publisher

ABDIGERMAS

Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat Bidang Kesehatan

Jiwa melalui pelatihan kader kesehatan pada masa pandemic Covid-19 di Kelurahan Tobek Gadang, Kota Pekanbaru"

B. Metode

Kegiatan pengabdian ini dilakukan pada Bulan Agustus 2020 di Kelurahan Tobek Gadang, Kecamatan Binawidya, Kota Pekanbaru, Provinsi Riau. Sasaran pada kegiatan ini adalah kader kesehatan yang berjumlah 20 orang. Metode yang digunakan pada kegiatan pengabdian ini adalah *pre-post test*, pemberian materi oleh narasumber (metode ceramah secara interaktif yang disampaikan oleh pakar spesialis keperawatan jiwa) dan simulasi kegiatan. Program dilaksanakan selama 3 minggu. Minggu pertama merupakan perencanaan program dan Analisa masalah di lapangan, meliputi kegiatan rapat tim, identifikasi masalah, dan survey lokasi. Minggu kedua adalah pengurusan administrasi meliputi mengurus perizinan dan persiapan pelaksanaan seperti pembagian tugas, penyusunan materi dan panduan. Minggu ketiga adalah minggu pelaksanaan yang terdiri dari pemeriksaan kesehatan mental melalui pengisian *self report questionnaire* (SRQ) dan pelatihan kader kesehatan dengan memberikan beberapa materi terkait masalah psikososial akibat pandemic Covid-19 serta keterampilan teknik terkait strategi penanganan stress dan cemas. Sebelum diberikan pelatihan, telebih dahulu dilakukan evaluasi *pretest* berupa kuesioner tentang kesehatan jiwa yang timbul selama masa pandemic Covid-19 dan selesai kegiatan dilakukan evaluasi *posttest* kembali. Alat ukur ketercapaian kegiatan pengabdian ini adalah diketahuinya gambaran kesehatan mental dan terlaksananya pelatihan kader, serta terdapatnya peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader tentang penanganan masalah jiwa yang ditimbulkan pandemic Covid-19.

C. Hasil dan Pembahasan

Pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di Kelurahan Tobek Gadang, Kecamatan Binawidya, Kota Pekanbaru, Provinsi Riau. Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan oleh tim pengabdian masyarakat yang terdiri dari 4 orang dosen di bidang keperawatan dan beberapa mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Riau. Melalui Program Kegiatan Pengabdian Masyarakat yang merupakan Tri Dharma Perguruan Tinggi menjadi jembatan peningkatan kesehatan masyarakat, khususnya kesehatan jiwa masyarakat selama pandemic Covid-19.

Kegiatan ini didukung oleh Kepala Kelurahan setempat ditandai dengan bentuk apresiasi dan fasilitasi kegiatan oleh pihak kelurahan. Kegiatan ini sangat sejalan dengan visi misi Kelurahan Tobek Gadang yang mengusung tinggi akan tercapai derajat kesehatan masyarakat setinggi-tingginya.

Kegiatan ini diawali dengan registrasi hadir peserta kegiatan. Setiap peserta diberikan seperangkat alat perlindungan diri seperti masker, *faceshield*, *hand sanitizier* untuk memastikan selama kegiatan berlangsung seluruh peserta menerapkan protocol kesehatan. Penempatan peserta juga dilakukan berjarak sekitar 1m. Kemudian dilanjutkan dengan pemeriksaan kesehatan kepada seluruh peserta kader yang berjumlah 20 orang. Rincian karakteristik responden dapat dilihat pada tabel 1. Pemeriksaan kesehatan meliputi pemeriksaan tekanan darah, suhu, gula darah, dan asam urat (Gambar 1). Selanjutnya peserta yang hadir diberikan kuesioner *SRQ* dan kuesioner terkait pengetahuan mengenai masalah psikososial akibat dari pandemik Covid-19.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
Usia (tahun)		
25-35	8	40
35-45	12	60
Jenis kelamin		
Perempuan	20	100
Pendidikan		
SD	0	0
SMP	7	35
SMA	12	60
PT	1	5
Pekerjaan		
IRT	13	65
Wiraswasta	5	25

Vol 1 No 1 2023 (36-42)

Publisher

ABDIGERMAS

Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat Bidang Kesehatan

Karakteristik	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
Swasta	2	10

Kemudian dilanjutkan dengan kegiatan pelatihan kader yang terdiri dari beberapa rangkaian kegiatan, seperti: edukasi mengenai protocol pencegahan Covid-19, sosialisasi masalah kesehatan psikososial akibat pandemic Covid-19 (Gambar 3), serta simulasi strategi penanganan stres dan cemas seperti teknik hypnosis lima jari, teknik napas dalam, teknik relaksasi otot progresif (Gambar 4). Edukasi dan strategi penanganan stress dan cemas dalam kegiatan ini disusun dalam buku panduan (Gambar 5).

Gambar 1. pemeriksaan kesehatan

Gambar 2. Pengisian kuesioner SRQ & *pretest*

Gambar 3. Edukasi oleh narasumber

Gambar 4. Simulasi Teknik Relaksasi Progresif

Gambar 5. Buku Panduan

Selama kegiatan berlangsung, seluruh peserta antusias dan aktif dalam kegiatan ditandai dengan beberapa peserta yang memberikan pertanyaan dan yang menjawab pertanyaan. Peserta dalam hal ini kader dapat

Publisher

ABDIGERMAS
Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat Bidang Kesehatan

mendemonstrasikan kembali teknik atau strategi penanganan stress dan cemas dengan metode teknik relaksasi napas dalam, hypnosis lima jari, dan relaksasi otot progresif.

Untuk mengetahui status kesehatan jiwa responden dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini didapatkan hasil pada tabel 2 dibawah ini.

Tabel 2. SRQ Responden

Status psikologis	Frekuensi (f)	Prosentasi(%)
Sehat jiwa	15	75
Cemas	1	5
Depresi	1	5
PTSD	2	10
Gabungan	1	5

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa hasil SRQ menunjukkan sebagian besar peserta memiliki kondisi sehat jiwa 75%, namun masih ditemukan beberapa masalah kesehatan jiwa seperti cemas, depresi, *post traumatic syndrome distress* (PSTD). Kondisi kesehatan jiwa yang dialami oleh responden sama hal nya pada penelitian lainnya bahwa pandemic Covid-19 menimbulkan berbagai masalah kesehatan jiwa seperti depresi dan ansietas [1]. Hasil identifikasi lanjutan yang dilakukan oleh tim didapatkan bahwa penyebab masalah kesehatan jiwa yang dialami oleh responden adalah factor ekonomi. Dampak pandemic Covid-19, penghasilan tidak didapatkan secara penuh seperti sebelum pandemic, bahkan ada yang di-PHK. Sebagian besar dari responden ikut membantu dalam perekonomian keluarga dengan cara berjualan secara online.

Untuk mengetahui keefektifan dari kegiatan pelatihan tersebut, tim melakukan evaluasi berupa *pre* dan *post test* selama kegiatan. Tabel 3 menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan sebesar 27,5 point pada responden. Kegiatan pelatihan yang bersifat diskusi interaktif disertai simulasi kegiatan memiliki dampak perubahan pengetahuan dan keterampilan yang lebih baik. Hal ini sejalan penelitian di Iran yang menyebutkan bahwa program pelatihan psikiatri selama masa pandemic dirasakan kepuasan oleh pesertanya [5].

Tabel 3. Pengetahuan responden sebelum dan sesudah pelatihan

Pengetahuan sebelum Rata-rata	Pengetahuan sesudah Rata-rata
63	90,5

Edukasi mengenenai masalah kesehatan psikososial secara signifikan meningkatkan pengetetahuan. Adanya pemberdayaan masyarakat diharapkan dengan adanya pelatihan kesehatan jiwa, reponden yang notabene adalah kader kesehatan dapat memiliki pengetahuan baik dalam mengatasi masalah kesehatan jiwa, baik yang dialami oleh dirinya sendiri, keluarga, dan masyarakat luas yang menjadi area kerjanya [8]. Melalui pelatihan tersebut, kader diharapkan memiliki keterampilan dalam melakukan deteksi dini dan mencegah masalah kesehatan jiwa dengan menerapkan strategi penanganan stress dan kecemasan yang tepat [9], [10].

Keterampilan yang didapatkan oleh responden adala penanganan stress dan cemas. Buku panduan digunakan dalam kegiatan ini. Teknik yang diajarkan teknik relaksasi napas dalam, teknik hypnosis lima jari, teknik relaksasi progresif dan spiritual. Salah satu teknik tersebut sudah pernah dilakukan pada penelitian sebelumnya, namun yang paling sering ditemukan dalam penelitian adalah hypnosis lima jari. Pelatihan sebelum dan sesudah diberikan hypnosis lima jari memberikan manfaat signifikan dalam peningkatan pengetahun [11]. Keunggulan dalam kegiatan ini adalah teknik yang diajarkan lebih dari satu,sehingga responden dapat mengetahui lebih banyak dan dapat memilih teknik yang mudah untuk digunakan nantinya [10], [12], [13]. Selain itu, teknik menghentikan pikiran (tough *stopping)* juga didemonstrasikan kepada peserta [8].

Tim pengabdian akan terus menindaklanjuti kegiatan ini dengan melakukan rencana kedepannya seprti melakukan pelatihan secara *online* yang mana dapat dilakukan kapan saja dan dimana saja, sehingga para peserta dapat mengupdate ilmu, melakukan deteksi dini, serta mengambil keputusan jika menghadapi anggota masyarakat yang mengalami masalah kesehatan jiwa [9]. Keterlibatan masyarakat dangatlah penting dalam pencegahan penyebaran Covid-19. Oleh karena itu, pelatihan-pelatihan lainnya dianggap penting untuk pengembangan pengetahuan dan keterampilan kader kesehatan [2], [14], [15].

Publisher

ABDIGERMAS
Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat Bidang Kesehatan

D. Kesimpulan

Pelatihan kader kesehatan di Kelurahan Tobek Gadang, Kota Pekanbaru berhasil dilakukan ditandai dengan peningkatan pengetahuan peserta kader tentang masalah kesehatan jiwa akibat dampak pandemic Covid-19 dan penanganannya dengan peningkatan 27,5 point

E. Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada pihak LPPM Universitas Riau dan Fakultas Keperawatan Universitas Riau yang telah mendanai kegiatan pengabdian masyarakat ini.

Daftar Pustaka

[1] A. Viejo Casas *et al.*, “Long-term mental health impact of COVID-19 on primary care health workers in northern Spain: Results from a two-phase longitudinal study,” *Rev. Psiquiatr. Salud Ment.*, no. xxxx, 2023, doi: 10.1016/j.rpsm.2022.12.002.

[2] K. Yakubu, D. Musoke, K. Chikaphupha, A. Chase-Vilchez, P. K. Maulik, and R. Joshi, “An intervention package for supporting the mental well-being of community health workers in low, and middle-income countries during the COVID-19 pandemic,” *Compr. Psychiatry*, vol. 115, no. February, p. 152300, 2022, doi: 10.1016/j.comppsych.2022.152300.

[3] R. M. Zukhra, F. A. Nauli, and A. Konadi, “Anxiety among nursing students during the Covid-19 pandemic: A web-based cross-sectional survey,” *Enferm. Clin.*, vol. 31, pp. 580–582, 2021, doi: 10.1016/j.enfcli.2021.04.016.

[4] P. Yellowlees, “Impact of COVID-19 on Mental Health Care Practitioners,” *Psychiatr. Clin. North Am.*, vol. 45, no. 1, pp. 109–121, 2022, doi: 10.1016/j.psc.2021.11.007.

[5] Z. Mirsepassi, E. Karimi, and A. Mohammadjafari, “Psychiatric training program during the COVID-19 pandemic: An experience in Iran,” *Asian J. Psychiatr.*, vol. 73, no. January, p. 103130, 2022, doi: 10.1016/j.ajp.2022.103130.

[6] C. Saputra and I. D. Putra, “Pemberdayaan Penanggulangan Covid-19 Bagi Petugas Kesehatan,” *JCES (Journal Character Educ. Soc.*, vol. 3, no. 2, pp. 320–328, 2020.

[7] T. W. Sari, H. Mubarak, and P. Ningrum, “Edukasi Kesehatan Protokol Pencegahan COVID-19 dan Penyerahan Bantuan Sembako di Panti Asuhan As-Salam Kota Pekanbaru,” *J. Abdidas*, vol. 1, no. 5, pp. 436–441, 2020, doi: 10.31004/abdidas.v1i5.85.

[8] yafet pradikatama p, E. Sutiyarsih, and E. L. W, “Pelatihan Kader Kesehatan Tentang Terapi Thought Stopping Untuk Mengatasi Kecemasan Di Dusun Wonosari, Desa Pandansari Kecamatan Poncokusumo Kabupaten Malang,” *J. Humanis J. Pengabdi. Masy. STIKes ICsada Bojonegoro*, vol. 6, no. 2, pp. 18–22, 2021.

[9] M. Mariyati, M. Kustriyani, P. Wulandari, D. N. Aini, A. Arifianto, and L. PH, “Pencegahan Masalah Kesehatan Jiwa melalui Pelatihan Kader Kesehatan Jiwa dan Deteksi Dini,” *J. Peduli Masy.*, vol. 3, no. 1, pp. 51–58, 2021, doi: 10.37287/jpm.v3i1.423.

[10] D. A. Ridwan Kustiawan, Iwan Somantri, “Pelatihan Kader Sehat Jiwa dengan Pendekatan Manajemen Stres dengan Terapi SEFT sebagai Upaya Tanggap Bencana,” *Edukasi Masy. Sehat Sejah. (EMaSS) J. Pengabdi. Kpd. Masy.*, vol. 4, no. 2, pp. 2–5, 2022.

[11] S. Kholifah and E. Rahmawati, “Optimalisasi Peran Kader Sehat Jiwa Dalam Manajemen Masalah Psikososial Menggunakan Teknik Hipnosis Lima Jari,” *J. Keperawatan Florence*, vol. 4, no. 1, pp. 11–15, 2019.

[12] A. R. Eka *et al.*, “Pemberian Penyuluhan, Tehnik Relaksasi Napas Dalam, Hipnosis 5 Jari, Dan Senam Untuk Lansia Dengan Hipertensi Yang Mengalami Kecemasan,” *Randang Tana J. Pengabdi. Kpd. Masyarakat;*, vol. 6, no. 1, pp. 1–7, 2023, doi: https://doi.org/10.36928/jrt.v3i1.1030.

[13] R. Sarfika, R. Anggraini, and M. A. Rahim, “Pendidikan kesehatan tentang manajemen stres guna meningkatkan kesiapsiagaan psikologis masyarakat menghadapi bencana,” *J. Masy. Mandiri*, vol. 5, no. 1, pp. 143–151, 2021.

[14] D. Hartono and P. Cahyati, “Peningkatan Kesehatan Jiwa Masyarakat Melalui Psikoedukasi Kesehatan Jiwa Kepada Kader Posyandu Di Wilayah Puskesmas Cigeureung Kota Tasikmalaya,” *Dharmakarya*, vol. 11, no. 1, p. 55, 2022, doi: 10.24198/dharmakarya.v11i1.36988.

[15] C. C. Chen, S. H. Wang, L. S. Chou, L. J. Shen, and D. J. Li, “Efficacy of online training at the International Mental Health Training Center Taiwan (IMHTCT): Pre and during the COID-19 pandemic,” *Arch. Psychiatr. Nurs.*, vol. 42, no. 130, pp. 40–44, 2023, doi: